ଗୋପୀନି ବଧ ।

୪୮



ସମ୍ପାଦକ

ଶ୍ରୀ ନୀଳମଣି ବିଦ୍ୟାରତ୍ନ ।

ପ୍ରକାଶକ

ଶ୍ରୀ ଦିପଣ୍ଡ ଗାୟକରତ୍ନ ।

ବଡ଼କେମଣ୍ଡି ।



ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣ ।

Printed by the Cuttack Printing
company Limited
CUTTACK

1915

ମୂଲ୍ୟ ଛଅପଇସା ମାତ୍ର ।

ଉତ୍ସର୍ଗପତ୍ର ।

ଦେଶର ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଦର୍ଶନରେ ଯେ ସତତ ଦୁଃଖାଭିଭୂତ ଏବଂ ସାଧନାର ପ୍ରତିକାରପରାୟଣ, ଯେ ବୀଣାପାଣିଙ୍କର ନିଷ୍ଠାପର ଉପାସକ, ଯେ " ଉତ୍କଳସାହିତ୍ୟ ସମାଜ " ଏବଂ ' ଉତ୍କଳ ସମ୍ମିଳନୀ ' ର ସଭାପତି ପଦ ଗ୍ରହଣ କରି ପ୍ରଶଂସନୀୟ ରୂପେ ସ୍ୱୀୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟପାଳନ କରିଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁ ମହୋଦୟଙ୍କ " ତପୋବନ ", ' ଭ୍ରାତୃନିବେଦନ ', ' ମନୋଜ୍ଞାନ ତତ୍ତ୍ୱ ', ଏବଂ " ସଙ୍ଗୀତସର୍ବସ୍ୱ " ଆଦି ଗ୍ରନ୍ଥରତ୍ନମାନ ରଚନା ଓ ପ୍ରକାଶ କରି ସ୍ୱୀୟ ଈଶ୍ୱରାନୁରାଗିତା, ଭକ୍ତି-ପ୍ରବଣତା, ସ୍ୱଦେଶ ପ୍ରେମିକତା ଏବଂ ସାହିତ୍ୟ ସଙ୍ଗୀତ ନିପୁଣତାର ପରିଚୟ ପ୍ରଦାନ କରି ପ୍ରାକୃତିକ ଉତ୍କଳରେ " ଖ୍ଳନନ୍ଦ " ଆଖ୍ୟା ଲାଭ କରିଅଛନ୍ତି, ଯେ ସତ୍ସାହସ ବଳରେ ବିବିଧ ବାଧାବିଘ୍ନ ସହିତ ସପ୍ତସାଗର ପାରି ହୋଇ ଜ୍ଞାନ-ବିଜ୍ଞାନର ନିତ୍ୟ ଲୀଳାଭୂମି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଭୂଖଣ୍ଡ ପରିଭ୍ରମଣ ପୂର୍ବକ ଜ୍ଞାନରତ୍ନ ସଂଗ୍ରହ କରି ପ୍ରତ୍ୟାବୃତ୍ତ ହୋଇଅଛନ୍ତି, ଯେ ବୈଧ ସଂସ୍କାର ବିଷୟରେ ତିଳମାତ୍ର ସଙ୍କୁଚିତ ବା ପରାଙ୍ମୁଖ ନୁହନ୍ତି, ଯେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କତିପୟ ଜଳାଶୟ ଖନନ ଓ ପଙ୍କୋଦ୍ଧାର କରାଇ ଲକ୍ଷ ଜୀବଙ୍କୁ ଜୀବନରୂପୀ ବିଶୁଦ୍ଧ, ଜଳ ଯୋଗାଉଅଛନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ୱରାଜ୍ୟରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, କୃଷି, ଶିଳ୍ପ, ଶିକ୍ଷା ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ସଭ୍ୟତାଦିର ଉନ୍ନତି ବିଷୟରେ ଯେଉଁ ମହାମନା ମହୋଦୟ ସତତ ଯତ୍ନବାନ୍, ସେ ବିଦ୍ୟା-ବିନୟ-ସୌଜନ୍ୟ-ସାରଲ୍ୟ-

ଯିଏ ନାଦରା-ଚିରାଗ୍‌ଚିରା-ନଈଭମାନ୍ଧତା-ସ୍ୱଦବେଶତନ୍ନବାଦ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜନ୍ମରେ ବମଣ୍ଡିତ ଓ ସର୍ବପ୍ରକାର ଜ୍ଞାନସ୍ୱାରକନ୍ତ ତ, ଯେ ପ୍ରାକୃତିକ ଉତ୍କଳର ଅନ୍ୟତମ ସୁସନ୍ତାନ, ଯେ ଏହି ପୁସ୍ତକର ଲେଖକଙ୍କୁ ସର୍ବଦା ସ୍ନେହପୂର୍ଣ୍ଣ ଚକ୍ଷୁରେ ଅବଲୋକନ କରିଥାନ୍ତି, ସେହି ସୁରଙ୍ଗୀ ମଣ୍ଡଳାଧୀଶ୍ୱର ପରମ ମାନନୀୟ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଶ୍ରୀ ଚନ୍ଦ୍ରଚୂଡ଼ାମଣି ରାଜା ହରିଚନ୍ଦନ ଜଗଦେବ ମହୋଦୟଙ୍କ ଗୌରବାନ୍ୱିତ ନାମରେ ଲେଖକଙ୍କର ଆନ୍ତରିକ ଭକ୍ତି, ପ୍ରୀତି ଏବଂ କୃତଜ୍ଞତାର ନିଦର୍ଶନ-ସ୍ୱରୂପ ଏହି " ଜୀବନଚକ୍ର " ପୁସ୍ତକଖଣ୍ଡି ଉତ୍ସର୍ଗ ହେଲା।

ତା ୨୭।୧୧।୧୯୫ } ଶ୍ରୀ ନୀଳମଣି ବିଦ୍ୟାରତ୍ନ।

ଜୀବଜନ୍ତୁ ।



ଜଳ ନାରାୟଣଙ୍କ ଆବାସ ସ୍ଥାନ ବୋଲି ଭଗବାନ ମନୁ ତାଙ୍କ ପ୍ରଣୀତ ସଂହିତାର ପ୍ରଥମ ଅଧ୍ୟାୟ ଦଶମ ଶ୍ଳୋକରେ ଲେଖିଅଛନ୍ତି,—

"ଆପୋ ନାରା ଇତି ପ୍ରୋକ୍ତା ଆପୋ ବୈ ନରସୂନବଃ
ତା ଯଦସ୍ୟାୟନଂ ପୂର୍ବଂ ତେନ ନାରାୟଣଃ ସ୍ମୃତଃ ।"

ଅମର, କିନ୍ନର, ଯକ୍ଷ, ନର ପ୍ରଭୃତି ସମସ୍ତଙ୍କର ଉପାସ୍ୟ ଦେବାଦିଦେବ ମହାଦେବଙ୍କ ପ୍ରଧାନ ଅଷ୍ଟମୂର୍ତ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଜଳ ଦ୍ୱିତୀୟ ମୂର୍ତ୍ତି । ଜଳର ପୂଜା ନ କଲେ ଶିବପୂଜା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୁଏନାହିଁ । ଭବିଷ୍ୟ ପୁରାଣରେ ଲିଖିତ ଅଛି,— "ଭବାୟ ଜଳମୂର୍ତ୍ତୟେ ନମଃ ।" ସର୍ବ-ପ୍ରକାର ଦେବଦେବୀଙ୍କ ପୂଜା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଥମରେ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ଣ୍ଣଘଟ ସମ୍ମୁଖରେ ଆବାହନ କରାଯାଏ । ପୂଜାବେଳେ ଦେବତାଙ୍କ ଆବାହନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅର୍ଘ୍ୟପାତ୍ରସ୍ଥ ଜଳମଧ୍ୟରେ କରବାକୁ ହୁଏ, ପରେ ସେହି ଜଳଦ୍ୱାରା ସମସ୍ତ ପୂଜାର ଉପକରଣାଦି ପ୍ରୋକ୍ଷିତ ହୋଇ ଦେବତାଙ୍କୁ ନିବେଦନ କରାଯାଇ ଥାଏ । ଏଥିରୁ ଜଳର ଅତି ଶ୍ରେଷ୍ଠତା ସୁସ୍ପଷ୍ଟରୂପେ ପ୍ରତିପନ୍ନ ହେଉଅଛି ।

ଜଳ ଜୀବର ଜୀବନସ୍ୱରୂପ । ଜଳାଭାବରେ ଜୀବନରକ୍ଷା ଅସମ୍ଭବ । ଶରୀରରକ୍ଷା—ଜୀବନଧାରଣ ନିମନ୍ତେ ବାୟୁ ଓ ଖାଦ୍ୟପରି ଜଳ ଅତି ପ୍ରୟୋଜନ । ସମସ୍ତ ମାନବ ଶରୀରର ୩ ଭାଗର ୨ ଭାଗ ଜଳ । ଏହି ଜଳଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ତରଳ ଥାଏ, ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଭୁକ୍ତ ବସ୍ତୁର ପରିପାକ ହୁଏ ଓ ତହିଁରୁ ଶରୀରର ପୁଷ୍ଟି ଓ କାର୍ଯ୍ୟକରୀ ଶକ୍ତି ଜାତହୁଏ । ଜଳଦ୍ୱାରା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କର ଚର୍ମ କୋମଳ ଓ ସୁନ୍ଦର ହୋଇଥାଏ, ଏହିପରି ଜଳଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ପୋଷଣ ଓ ଶୋଷଣାଦି

ସକଳପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହ ହୁଏ । ଆମ୍ଭେମାନେ ସେହି ଜଳହେତୁ ସୁସ୍ଥ ଦେହରେ ଜୀବନ ଯାପନ କରୁଁ ଏବଂ ସକଳପ୍ରକାର କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ କରିପାରୁଁ, ଉପକାରିତା ଦୃଷ୍ଟିରେ ବାୟୁର ପରେ ଜଳର ସ୍ଥାନ, ତତ୍ପରେ ଖାଦ୍ୟ ।

ସୁଚାରୁରୂପେ ଶରୀର ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେଲେ ଜଳର ଆବଶ୍ୟକ, କିନ୍ତୁ ସକଳ ସ୍ଥାନର ଜଳ ସମାନ ଫଳପ୍ରଦ ନୁହେ । ସ୍ଥାନ ଭେଦରେ ଅଳ୍ପାଧିକ ପରିମାଣରେ ଜଳର ଗୁଣ ଭେଦ ଅଛି । ପାନ, ରନ୍ଧନ ଏବଂ ପାନାଦି କାର୍ଯ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଦେଶରେ କୂପ, ପୁଷ୍କରିଣୀ, ନଦୀ, ଖାଲ ଏବଂ ଝରଣା ଜଳ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । ସେ ସବୁ ଜଳର ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଗୁଣ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ପ୍ରକାରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଅଛି ।

କୂପଜଳ ବାତ ଓ କଫ ନାଶକ, ଅଗ୍ନି ଉଦ୍ଦୀପକ, ଲଘୁ ଓ ପିତ୍ତ-ଜନକ । ପୁଷ୍କରିଣୀ ଜଳ ଲଘୁ, ତୃଷ୍ଣାନାଶକ, ବଳକର, ସ୍ୱାଦୁ ଏବଂ କଷାୟରସ ବିଶିଷ୍ଟ । ଅତି ପ୍ରାଚୀନ ଜଳାଶୟ (ତଡ଼ାଗ) ର ଜଳ ବାତବର୍ଦ୍ଧକ, ସ୍ୱାଦୁ, କଟୁପାକୀ ଏବଂ କଷାୟ ରସଯୁକ୍ତ । ବେଗଗାମୀ ନଦୀର ଜଳ (ବର୍ଷାକାଳ ବ୍ୟତୀତ) ଲଘୁ ଏବଂ ନିର୍ମଳ ହୋଇଥାଏ । ମୃଦୁ ସ୍ରୋତବିଶିଷ୍ଟ ନଦୀର ଜଳ ପ୍ରାୟ ଗୁରୁପାକୀ । ପ୍ରସ୍ତର ଓ ବାଲୁକା ବିଶିଷ୍ଟ ନଦୀର ଜଳ ଅତିଶୟ ନିର୍ମଳ । ଝରଣା ଜଳ ଲଘୁ, ହିତ-ଜନକ, ପାଚକ ଏବଂ କଫନାଶକ । ପଲ୍ୱଲ (ଖାଲ ବା ଗୃଆ) ଜଳ କ୍ଲେଦଜନକ, ବିଷ୍ଟମ୍ଭୀ ଜୀର୍ଣ୍ଣକାରୀ ଏବଂ ତ୍ରିଦୋଷବର୍ଦ୍ଧକ ।

ବ୍ୟବହୃତ ଜଳର ସାଧାରଣ ଦୋଷଗୁଣ ଉପରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା । ମାତ୍ର ବ୍ୟବହାର ଦୋଷରେ ସେହି ଜଳମାନ ବିବିଧ ମଳଯୁକ୍ତ ହୁଏ । ବର୍ଷାକାଳରେ ମଳମୂତ୍ରାଦି ଦୂଷିତ ଦ୍ରବ୍ୟମାନ ଜଳ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହୋଇଥାଏ, ଗ୍ରୀଷ୍ମକାଳରେ ଜଳାଶୟ ମାନଙ୍କର ଅଳ୍ପ ଜଳ ପଙ୍କିଳ ଓ କୀଟଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସେହି ସବୁ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କଲେ ସର୍ବ-

ଜଳ ବିବିଧ ଅନିଷ୍ଟସାଧନ କରିଥାଏ । କେବଳ ଜଳ ଦୋଷଜନିତ ରୋଗର ପ୍ରବଳତା ଏ ଦେଶକୁ ଶ୍ମଶାନରେ ପରିଣତ କରିବାକୁ ବସିଅଛି । ଶରୀରତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ପଣ୍ଡିତମାନେ ଏକ ବାକ୍ୟରେ–ମୁକ୍ତକଣ୍ଠରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରୁଅଛନ୍ତି ଯେ "ଅବିଶୁଦ୍ଧ ଜଳହିଁ ଏ ଦେଶରେ ଅକାଳମୃତ୍ୟୁ ବୃଦ୍ଧିର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ।"

"ସୁଶ୍ରୁତ" ନାମକ ସୁପ୍ରସିଦ୍ଧ ବୈଦ୍ୟକ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲିଖିତଅଛି,—

"ବ୍ୟାପନ୍ନଂ ସଲିଲଂ ଯସ୍ତୁ ପିବତୀହ ପ୍ରସାଧିତଂ ।
ଶ୍ୱୟଥୁଂ ପାଣ୍ଡୁ ରୋଗଞ୍ଚ ତ୍ୱଗ୍ଦୋଷ ମବିପାକତାଂ ।
ଶ୍ୱାସ କାସ ପ୍ରତିଶ୍ୟାୟ ଶୂଳଗୁଳ୍ମୋଦରାଣି ଚ
ଅନ୍ୟାନ୍ ବା ବିଷମାନ୍ ରୋଗାନ୍ ପ୍ରାପ୍ନୁୟାତ୍ କ୍ଷିପ୍ରମେବ ତୁ ।"

ଯଦି କେହି ବ୍ୟାପନ୍ନ (ଦୂଷିତ) ଜଳ ଶୋଧିତ ନ କରି ପାନ ଏବଂ ତହିଁରେ ଅବଗାହନ କରେ, ତାହାହେଲେ ତାହାର ଶୋଥ ପାଣ୍ଡୁ, ଦଦ୍ରୁ, ଖାଦ ଚର୍ମରୋଗ, ଅବିପାକ, କାଶ, ଶ୍ୱାସ, ସର୍ଦ୍ଦି, ଶୂଳ, ଗୁଳ୍ମ, ଉଦରାମୟ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉତ୍କଟ ରୋଗସମୂହ ଅତି ଶୀଘ୍ର ଜାତ-ହୁଏ ।

ବିସୂଚିକା ରୋଗରେ ଭାରତର ଅନେକ ସହସ୍ର ଲୋକ ବର୍ଷକୁବର୍ଷ କାଳଗ୍ରାସରେ ପତିତ ହେଉ ଅଛନ୍ତି । ଦୂଷିତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର ତହିଁର ପ୍ରଧାନ କାରଣ । ଦୂଷିତ ଜଳ ମଧ୍ୟରେ ବିସୂଚିକାର ବୀଜାଣୁ ଅବସ୍ଥିତ କରି ସହଜରେ ମାନବ ଶରୀରରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟହୁଏ ଏବଂ ଅନିଷ୍ଟ ସାଧନ କରେ ।

ବ୍ରହ୍ମ ଦେଶାନ୍ତର୍ଗତ "ଆକ୍ୟାବ" ନାମକ ନଗର ନିବାସୀ "ରୋଇ" ନାମକ ଜଣେ ସାହେବ ଡାକ୍ତର ଲେଖିଅଛନ୍ତି,— "ବର୍ମ୍ମାଦେଶୀୟ ଲୋକମାନେ ଅପରିଷ୍କାର ଜଳ ପାନ କରିବାରୁ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ବହୁଲୋକ ବିସୂଚିକା ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ମରିଗଲେ । ସେଠାରେ ଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁମାନେ ଅପରିଷ୍କାର ଜଳ

ବ୍ୟବହାର କରି ନ ଥିଲେ ସେମାନେ ସୁସ୍ଥ ଶରୀରରେ ଥିଲେ। ୧୬୦ ଜଣ ଚୀନ ଦେଶୀୟ ଲୋକ ସେଠାରେ ଥିଲେ। ସେମାନେ ଗରମ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରି ରୋଗ ଆକ୍ରମଣରୁ ରକ୍ଷା ପାଇଥିଲେ। ସେ ସମୟରେ ସେଠାକୁ ଆସି ରହିଥିବା ମାର୍କିନ ଦେଶୀୟ ଜାହାଜର ଲୋକମାନେ ଜାହାଜରେ ସଞ୍ଚିତ ଥିବା ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରି କୁଶଳରେ ଥିଲେ। ପରେ ସେହି ଜାହାଜର ଚଉଦଜଣ ଲୋକ ସ୍ଥାନୀୟ ଦୂଷିତ ଜଳପାନ କରି ବିସୂଚିକା ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇଥିଲେ।" ଅତଏବ ଦୂଷିତ ଜଳ ଯେ ଯାବତୀୟ ରୋଗର ବିଶେଷତଃ ବିସୂଚିକାର ଜନକ, ଏହା କେହି ଅସ୍ୱୀକାର କରି ପାରିବେ ନାହିଁ।

ବିଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ଯେପରି ଜୀବନ ରକ୍ଷକ, ଅବିଶୁଦ୍ଧ ଜଳ ସେହିପରି ବିବିଧ ରୋଗଜନକ, ଯନ୍ତ୍ରଣାଦାୟକ ଏବଂ ପ୍ରାଣନାଶକ ଥିବା କଥା ପୂର୍ବ ପରିଚ୍ଛେଦମାନଙ୍କରେ ପ୍ରତିପନ୍ନ କରା ଯାଇଅଛି। ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଜଳ ଦୂଷିତ ନ ହେବା ନିମନ୍ତେ ଯଥାସାଧ୍ୟ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ। ଜଳ ପ୍ରଧାନତଃ ଯେ ଯେ କାରଣରେ ଦୂଷିତ ହୁଏ ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଜଣା ଥିବାରୁ ସେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅଧିକ ଉଲ୍ଲେଖ ଅନାବଶ୍ୟକ। ଜଳରେ ଶୌଚ, ଗୋମେଷାଦି ସ୍ନାନ, ମଳମୂତ୍ର ଯୁକ୍ତ ବସ୍ତ୍ର ଧୌତ; ଦଳ ଗାଞ୍ଜାଠ ବାଉଁଶ ଆଦି ପଚନ, ଜଳରେ ମଳ ମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ, ଶରୀରର ଶ୍ଳେଷ୍ମା, ନିଷ୍ଠୀବନ, ଜନ୍ମାଦିର ମଳ ନିକ୍ଷେପ, ମୃତଜନ୍ତୁ ଏବଂ ପଶୁ ଉଦ୍ଭିଦର ସଂଯୋଗ, ପଙ୍କୋଦ୍ଧାରର ଅଭାବ, ଶବ ନିକ୍ଷେପ, ପ୍ରସବପରେ ପୂଜରକ୍ତ ଆଦିର ନିକ୍ଷେପ ହେତୁ ଜଳ ଦୂଷିତ ହୋଇଥାଏ। ବର୍ଷାକାଳରେ ନାନା ସ୍ଥାନର ଦୂଷିତ ଦ୍ରବ୍ୟମାନ ଧୋଇ ହୋଇ ଜଳାଶୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଜଳର ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ। ମାନବ ସମାଜର-ନଗର-ନଜ ପରିବାରବର୍ଗଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ କାମନାରେ ଜଳ ଦୂଷିତ ନ ହେବା ପ୍ରତି ସମସ୍ତ ନର ନାରୀଙ୍କର ସାଧ୍ୟମତ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ।

ନାରାୟଣଙ୍କର ଆଧାର ଏବଂ ସାକ୍ଷାତ ଶିବଙ୍କ ସ୍ୱରୂପ ଏବଂ ଦେବ-ମାନଙ୍କର ପୂଜା ଓ ଅଧିଷ୍ଠାନର ସର୍ବ ପ୍ରଧାନ ଦ୍ରବ୍ୟ ଜଳକୁ କାହାରି କୌଣସି ପ୍ରକାରେ ଦୂଷିତ ବା ମଳଯୁକ୍ତ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ନୁହେଁ । ଅନ୍ୟଥାଚରଣ କଲେ କଷ୍ଟପ୍ରଦ ମହାପାପ ଗ୍ରସ୍ତ ହେବାକୁ ହୁଏ । ଜଳକୁ ଉପରି ଉକ୍ତ କାରଣରୁ ଅତି ପବିତ୍ର ମନେ କରା ଯାଉଥିବା ହେତୁ ମହାମତି ମନୁ ନିଜ ସଂହିତାରେ ଲେଖି ଯାଇ ଅଛନ୍ତି,—

“ନାପ୍ସୁ ମୂତ୍ରଂ ପୁରୀଷଂ ବା ଷ୍ଠୀବନଂ ବା ସମୁତ୍ସୃଜେତ୍
ଅମେଧ୍ୟଲିପ୍ତମନ୍ୟଦ୍ୱା ଲୋହିତଂ ବା ବିଷାଣି ବା ।”

“ମଳମୂତ୍ର, ଶ୍ଳେଷ୍ମା, ରକ୍ତ ବିଷ (ପ୍ରକୃତ ଓ କୃତ୍ରିମ) ଏବଂ ଅପବିତ୍ରଲିପ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟ ଜଳରେ ତ୍ୟାଗ କରିବ ନାହିଁ ।” ବିଷ୍ଣୁ-ସଂହିତାରେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ନିଷେଧବିଧି ବିଦ୍ୟମାନ ।

ବ୍ୟବସ୍ଥାପକମାନେ କେବଳ ନିଷେଧବିଧି କରି ନିଶ୍ଚିନ୍ତ ହୋଇ ନାହାନ୍ତି, ଜଳକୁ ଦୂଷିତ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ଥିବାର ବିଧାନ ମଧ୍ୟ କରି ଯାଇଅଛନ୍ତି । ସ୍ମୃତି ପ୍ରମାଣ ଯଥା,—
“ ଜଳାଗ୍ନ୍ୟୋରପବିତ୍ରଦ୍ରବ୍ୟତ୍ୟାଗେ ତ୍ର୍ୟହୋପବାସଃ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତଂ । ”
(ଅର୍ଥାତ୍) ଜଳ ଓ ଅଗ୍ନିରେ କୌଣସି ଅପବିତ୍ର ଦ୍ରବ୍ୟ ତ୍ୟାଗ କଲେ ତ୍ୟାଗକାରୀ ପାପମୁକ୍ତ ନିମନ୍ତେ ତିନିଦିନ ଉପବାସ କରିବ ।” ଶାତ-ତପ ସଂହିତାରେ ଲିଖିତ ଅଛି, “ଦେବାଳୟରେ ବା ଜଳରେ ମଳ-ମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କଲେ ଗୁହ୍ୟଦେଶରେ ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ରୋଗ ଜନ୍ମେ । ଏକମାସକାଳ ନିୟମିତରୂପେ ଦେବତାର୍ଚ୍ଚନ, ଗୋଦାନଦ୍ୱୟ ବା ପ୍ରାଜାପତ୍ୟ ବ୍ରତ କଲେ ସେହି ପାପରୁ ମୁକ୍ତ ହୁଏ ।” ଯଥା,—

“ସୁରାଳୟେ ଜଳେ ବାପି ଶକୃନ୍ମୂତ୍ରଂ କରୋତି ଯଃ
ଗୁଦରୋଗୋ ଭବେତ୍ତସ୍ୟ ପାପରୂପଃ ସୁଦୁସ୍ତରଃ ।
ମାସଂ ସୁରାର୍ଚ୍ଚନେ ନୈବ ଗୋଦାନଦ୍ୱିତୟେନ ବା
ପ୍ରାଜାପତ୍ୟେନ ଚୈକେନ ଶାମ୍ୟନ୍ତି ଗୁଦଜା ରୁଜାଃ ।”

ଜଳ ଦୂଷିତ କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ପରି ଦୂଷିତଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ମଧ୍ୟ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଦେଶରେ ଉକ୍ତ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତ କରିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଶାସ୍ତ୍ରରେ ବିଦ୍ୟମାନ । ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନସମ୍ପନ୍ନ ଋଷିପ୍ରବର ଅତ୍ରି ନିଜ ସଂହିତାରେ ଲେଖି ଯାଇଅଛନ୍ତି,—

"କ୍ଳିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶବଂ ଯସ୍ୟାସ୍ତ୍ୱନ୍ନଦ୍ୟାଉଦକଂ ପିବେତ୍
ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତଂ ଚରେତ୍ ପୀତ୍ୱା ତପ୍ତକୃଚ୍ଛ୍ରଂ ଦ୍ୱିଜୋତ୍ତମଃ

"ଅର୍ଥ, ଶବଦୂଷିତଜଳ ପାନକଲେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ତପ୍ତକୃଚ୍ଛ୍ର ବ୍ରତ କରିବେ ।" ପୁନଶ୍ଚ ସେ ଲେଖି ଅଛନ୍ତି,—

"ଶ୍ଲେଷ୍ମୋପାନହବିଣ୍ମୂତ୍ର ସ୍ତ୍ରୀରଜୋ ମଦ୍ୟ ମେବଚ
ଏଭିଃ ସଂଦୂଷିତେ କୂପେ ତୋୟଂ ପୀତ୍ୱା କଥଂଚନଃ ।"
ଏକଂଦ୍ୟହଂତ୍ର୍ୟହଂ ଚୈବ ଦ୍ୱିଜାତୀନାଂ ଉପୋଷଣଂ
ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ୍ତଂ ପୁନଶ୍ଚୈବ ନକ୍ତଂ ଶୂଦ୍ରସ୍ୟ ଦାପୟେତ୍ ।"

"ଶ୍ଲେଷ୍ମା, ଉପାନତ୍, ବିଷ୍ଠା, ମୂତ୍ର, ସ୍ତ୍ରୀରଜଃ ଓ ମଦ୍ୟଦ୍ୱାରା ଦୂଷିତ-ଜଳ ପାନକଲେ ପାପକ୍ଷୟ ନିମନ୍ତେ ବ୍ରାହ୍ମଣ ତିନିଦିନ, କ୍ଷତ୍ରିୟ ଦୁଇ-ଦିନ, ବୈଶ୍ୟ ଏକଦିନ ଏବଂ ଶୂଦ୍ର ରାତ୍ରିମାତ୍ର ଉପବାସ କରିବେ ।" ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ଜଳ ଦୂଷିତ ନ ହେବା ଏବଂ ଦୂଷିତଜଳ ବ୍ୟବହୃତ ନ ହେବା ପ୍ରତି ମନୋଯୋଗୀ ହେବା ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ମଳ ମୂତ୍ରାଗାର, ଆବର୍ଜନା ସ୍ତୂପ ଜଳାଶୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖିବ, ଜଳାଶୟ ତଟରେ ବା ଯେଉଁ ସ୍ଥାନରେ ମଳମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କଲେ ଧୋଇ ହୋଇ ଜଳାଶୟରେ ମିଶିବ, ସେପରି ସ୍ଥାନରେ ମଳମୂତ୍ର ତ୍ୟାଗ କରିବ ନାହିଁ । ଜଳାଶୟରେ ଶୌଚ ହେବ ନାହିଁ,—ଜଳ ନେଇ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ଶୌଚ ହେବ ଏବଂ ମଳ ମୂତ୍ରାଦି ଅମେଧ୍ୟଦ୍ରବ୍ୟ ଯୁକ୍ତ ବସ୍ତ୍ରମାନ, ବାସନ ମସ୍ତ୍ୟଆଦି ଧୌତ କରିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଟେଙ୍କା-ଜଳରେ ନିଷ୍ପନ୍ନ କରିବ । ଦୂଷିତଜଳ ପୁଷ୍କରିଣୀରେ ପ୍ରବେଶ କରି ନ ପାରିବା ନିମନ୍ତେ ଚାରିପାଖେ ହୁଡ଼ା ହେବ, କୂପ ଚାରିପାଖ ଉଚ୍ଚ

ଓ ଘଡ଼ାଣିଆ ଜଳ ରଖିବ ; ବର୍ଷକୁ ବର୍ଷ ନୂତନ, ୧୦।୧୫ ବର୍ଷ ପରେ ପୁଷ୍କରିଣୀର ପଙ୍କୋଦ୍ଧାର କରିବ । ସ୍ନାନ, କାଠ ବାଉଁଶ ନିକ୍ଷେପ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ପୃଥକ୍ ଜଳାଶୟ, ପାନପାକ ନିମନ୍ତେ ପୃଥକ୍ ଜଳାଶୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବ,—ତାହା ଉପର୍ଯ୍ୟୁକ୍ତ ପ୍ରକାରେ ବା ଅନ୍ୟପ୍ରକାରେ ଦୂଷିତ ନ ହେବା ପ୍ରତି ସତର୍କ ରହିବାକୁ ହେବ । ଯେଉଁ ସବୁ କାରଣରୁ ଜଳ ଦୂଷିତ ହୁଏ, ଜନସାଧାରଣ ଉପଯୁକ୍ତ ରୂପେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ତାହାର ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତ କାରଣ ଗୁଡ଼ିକ ନିବାରଣ କରାଯାଇ ପାରେ । ଏଥିଲାଗି ଅର୍ଥର ସେତେ ବେଶି ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ । ଦୃଢ଼ପ୍ରତିଜ୍ଞା ଓ କାୟିକ ପରିଶ୍ରମ କଲେ ଏବଂ ଯତ୍ନପୂର୍ବକ ଲୋକଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ନିଜ ନିଜର ଉପକାର କଥା ବୁଝାଇ ସେହିପରି କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କଲେ ଦୂଷିତ ଜଳର ଅପକାରରୁ ରକ୍ଷା ମିଳିପାରେ ।

ଜଳ ବିଶୁଦ୍ଧ ରଖିବା ନିମନ୍ତେ ଲୋକମାନେ ସତର୍କତାବଲମ୍ବନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରଣରୁ କେତେକ ପରିମାଣରେ ଜଳ ନିଶ୍ଚୟ ଦୂଷିତ ହେବ । ଜଳଚର ଜୀବର ମୃତ୍ୟୁ, ଜଳାଶୟର ଚତୁର୍ଦ୍ଦିଗସ୍ଥ ବୃକ୍ଷମାନଙ୍କ ପତ୍ର ଝଡ଼ିଆସି ଜଳରେ ପଡ଼ିବା ଏବଂ ସେ ସବୁ ଓ ଜଳଜ ବୃକ୍ଷ ଲତା ପୁଣି ତାହାର ପତ୍ର ପଚିବା ଆଦି କାରଣରୁ ଜଳ ଅବଶ୍ୟ କେତେକ ପରିମାଣରେ ଦୂଷିତ ହେବ । ବର୍ଷା ଓ ଶୀତ କାଳର ଅଧିକ ଜଳମଧ୍ୟ ଶରୀରର ଅପକାର ସାଧନ କରିବ । ଏଥିପାଇଁ ଜଳକୁ ସକଳ ସମୟରେ ଶୋଧିତ କରି ସ୍ନାନ ପାନ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟବହାର କରିବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ନିମ୍ନେ ଛୋଟି କେତେ ସହଜ ସାଧ୍ୟ ଜଳ ଶୋଧନ ପ୍ରଣାଳୀ ଲେଖା ଯାଉଅଛି ।

"ପାରକ୍ଲୋରାଇଡ୍ ଅବ୍ ଆଇରନ୍" ଜଳରେ ମିଶାଇଲେ ଜଳ ପରିଷ୍କୃତ ହୁଏ । ପାଞ୍ଚସେର ଜଳରେ ୨୫ ଗ୍ରେନ ବା ଏକ ରତି ଉକ୍ତ ଦ୍ରବ୍ୟ ମିଶାଇବ । ଫଟକିରି—ଗୋଳିଆ ଜଳ ପରିଷ୍କୃତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଜଳାଶୟରେ ଦଗ୍ଧ ସାମୁକା ବା ସିପଚୂନ ପକାଇ ଫଟାଣ

ବାଉଁଶ ଦ୍ୱାରା ଘାଣ୍ଟିବ । ତାହାର ଦେଢ଼େକ ଘଣ୍ଟାପରେ ଫିଟିକିରି ଗୁଣ୍ଡା ନିକ୍ଷେପ କରିବ । ଫିଟିକିରିର ପରିମାଣ ଚୂନର ଆଠଭାଗରୁ ଏକଭାଗ ହେଲେ ଯଥେଷ୍ଟ ହେବ । ପୁଷ୍କରିଣୀର ଆୟତନାନୁଯାୟୀ ୨।୪ ବସ୍ତା ଚୂନ ନିକ୍ଷେପ କରିବ । ୩।୪ ସେର ଚୂନରେ କୂପ ପରି-ଶୋଧିତ ହୋଇପାରେ । କୂପ ବୃହତ୍ ଓ ଗଭୀର ହେଲେ ଅର୍ଦ୍ଧମହଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚୂନ ନିକ୍ଷେପ କରିବ । କୂପରେ ଚୂନ ପକାଇଲେ କୂପ ମଧ୍ୟସ୍ଥ ଭେକଆଦି ମରି ଯାଆନ୍ତି, ଏଥିପାଇଁ ସତର୍କ ହେବା ପ୍ରୟୋ-ଜନ । କୂପାଦିରେ ଚୂନ ଓ ଫିଟିକିରି ଦେବାପରେ ନିତାନ୍ତ ପକ୍ଷରେ ଦୁଇଦିନ ଯାଏ ତହିଁର ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । କେହି କେହି କେବଳ ଚୂନ ବା କେବଳ ଫିଟିକିରି ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

ତୁତିଆକୁ ମହୁରିଗିରିଆ କହନ୍ତି । ତାହାର ଇଂରେଜୀ ନାମ "ସଲଫେଟ୍ ଅବ୍ କପର" । ତାହା ତମ୍ବାରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ । ଏକ-ଭାଗ ତୁତିଆ ଜଳରେ ମିଶ୍ରିତ ହେଲେ ୭୦ ହଜାର ଭାଗ ଜଳର ଦୋଷ ନଷ୍ଟ କରିପାରେ । ପୁଷ୍କରିଣୀର ଜଳର ପରିମାଣ ଠିକ୍ କରି ଭାଗାନୁଯାୟୀ ତୁତିଆ ଖଣ୍ଡି ପାତଳ କନାରେ ପୁଟୁଳି କରି ଜଳରେ ଭାସିବାଭଳି କାଠରେ ବାନ୍ଧିବ । ପରେ ଉକ୍ତ କାଠର ଦୁଇ ପ୍ରାନ୍ତରେ ଲମ୍ବ ଦଉଡ଼ି ବାନ୍ଧି ପୁଷ୍କରିଣୀ ଜଳ ଉପରେ ଚାରିଆଡ଼େ ବୁଲାଇବ, ପୁଟୁଳିରୁ ଅଧା ତୁତିଆ ଜଳରେ ମିଶିଗଲାଠୁ ତିନିଦିନ ଯାଏ ଉକ୍ତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରିବ ନାହିଁ ।

"ପାରମ୍ୟାଙ୍ଗାନେଟ୍ ଅବ୍ ପଟାସ୍" ଏକପ୍ରକାର ଡାକ୍ତରୀ ଗୁଣ୍ଡାପରି ପଦାର୍ଥ । ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରତ୍ୟେକ କୂପରେ ଅର୍ଦ୍ଧଛଟାଙ୍କ ବା କିଛି ବେଶୀ ଉକ୍ତ ଗୁଣ୍ଡ ଗୋଟାଏ ବାଲ୍‌ଟି ବା ହାଣ୍ଡିରେ ଗୋଳି କୂପ ମୁଖର ମଧ୍ୟ ସ୍ଥଳରେ ଢାଳିଦେବ—ଯେପରି କୂପ ଗର୍ଭର ସବୁପାଣି ଲାଲରେ ରଙ୍ଗା ନ ଲାଗେ, କାରଣ ତଦାସ ଔଷଧର

ଶକ୍ତି ହୀନ ହୁଏ । ଉପରେ ନାଲ୍‌ଡି ବା ନିଳଷୀ ବୁଡ଼ାଇ ଜଳକୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ ଓଲଟ ପାଲଟ କରିଦେବ ଉକ୍ତ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଜଳରେ ଘୋଳିଲେ ଜଳ ଟେପ ରଶାକପର ବାଇଗଣୀରଙ୍ଗ ଧାରଣ କରେ । ଘୋଳିବା ପରେ ଜଳ ଦଳଦଳ ଦେଖିଲେ ଆଉ କିଞ୍ଚିତ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମିଶାଇବ । ବର୍ଷା-କାଳରେ କେତେଦିନ ଥରେ ଶୁଦ୍ଧି ନିମନ୍ତେ ଏକଡ୍ରାଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରିବ । ଚୂର୍ଣ୍ଣ ଘୋଳା ଜଳ ଉଦ୍ୟୋଗ ପରେ ଉକ୍ତ କୂପର ଜଳ ଅନ୍ତତଃ ୧୨ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉକ୍ତ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରାଯିବ ନାହିଁ । ବସନ୍ତ ଓଲାଉଠା ରୋଗର ସମୟ କାଳରେ ଏପରି କୂପ ସଂଶୋଧନ କରିବା ଅବଶ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଏହାର ବ୍ୟବହାର ହେତୁ ଜଳ ଉତ୍ତମ ସୁସ୍ୱାଦୁ ମଧ୍ୟ ହୁଏ । ପୁଷ୍କରିଣୀ ଜଳ ସଂଶୋଧନ ପକ୍ଷରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଅତି ଉତ୍ତମ; ମାତ୍ର ଔଷଧର ମୂଲ୍ୟ ଅଧିକ ହେତୁ ଯଥୋଚିତ ପରିମାଣରେ ବ୍ୟବହାର କରି ଜଳ ସଂଶୋଧନ କରିବାକୁ ଅନେକେ କୁଣ୍ଠିତ ହୋଇ ପାରନ୍ତି । ବିଶେଷ କଥା, ଏହାର ବ୍ୟବହାରରେ ଜଳର ପରିମାଣ ଠିକ କରିବାର ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ ନାହିଁ, ଯେତେବେଳ ଯାଏ ଜଳର ରଙ୍ଗ ଠିକ ନ ହୁଏ ସେତେବେଳ ଯାଏ ଚୂର୍ଣ୍ଣ ମିଶାଇବାକୁ ହେଉଥିବ ।

କୂପ ଓ ପୁଷ୍କରିଣୀର ଜଳମାନ ପରିଶୋଧିତ ହେବାର ପ୍ରଣାଳୀ ସଂକ୍ଷେପରେ ଉଲ୍ଲିଖିତ ହେଲା । କୂପ ଓ ପୁଷ୍କରିଣୀ ସଂଶୋଧନ ଜନସମ୍ପ-ତ୍ତିର କାର୍ଯ୍ୟ । ସମସ୍ତେ ଏକମତ ହୋଇ ବିଷୟ ସ୍ୱୀକାର ନ କଲେ ସେ ସବୁ ଜଳାଶୟ ସଂଶୋଧନରେ କ୍ଷତି ଘଟିପାରେ । ଏତିକି ଅବ-ସ୍ଥାରେ ରନ୍ଧନ ଏବଂ ପାନ ନିମନ୍ତେ ଗୃହାଗତ ଜଳ କିପରି ଉପାୟରେ ବ୍ୟବହାରୋପଯୋଗୀ ହେବ ତାହା ନିମ୍ନରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଉଅଛି ।

ବର୍ଷାକାଳରେ ନଦୀ, ପୁଷ୍କରିଣୀର ଜଳ ଘୋଳିଆ ହୁଏ । ସେହି ଜଳ ହାଣ୍ଡି ବା ମାଟିଆରେ ରଖି ଫିଟିକିରି ଚୂର୍ଣ୍ଣ ବା କାଉଁରିଆ ନିକ୍ଷେପ କଲେ କିମ୍ବା ନିର୍ମଳୀ ଫଳ ଘୋରି ଜଳରେ ମିଶାଇଲେ,

ମଇଳା ତଳେ ବସିଯାଇ ଉପରର ଜଳ ନିର୍ମ୍ମଳ ହୁଏ । ଆବଦ୍ଧ ବା ଦୂଷିତ ହୋଇ ନ ଥିବା ଜଳରେ ଖଣ୍ଡେ ତମ୍ବା ପକାଇ ରଖିଲେ ମଧ୍ୟ ଜଳର ଦୋଷ ନଷ୍ଟ ହୁଏ ବୋଲି ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ କହନ୍ତି । ପରିଶୋଧିତ କୂପ, ପୁଷ୍କରିଣୀ ଏବଂ ହାଣ୍ଡି ମଟିଆର ଜଳକୁ ଉତ୍ତପ୍ତ କରି ଜଳଯନ୍ତ୍ର ସାହାଯ୍ୟରେ ସଂଶୋଧନ କରିନେଲେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ, ଶୀତଳ ଏବଂ ତୃପ୍ତି ଜନକ ହୋଇଥାଏ । ଶୋଧନ ପ୍ରଣାଳୀ, ଯଥା,—

କିଛି ଅଙ୍ଗାର ଏବଂ ନଦୀବାଲିକୁ ଜଳରେ ବାରମ୍ବାର ଧୌତକରି ମଳଶୂନ୍ୟ କରିବ । ତତ୍ପରେ ଚାରିଗୋଟି ମାଟିଆ ଆଣି ତିନିଗୋଟି ମାଟିଆର ତଳପାଖରେ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ଛିଦ୍ର କରିବ । ସେହି ଧୌତ ଓ ପରିଷ୍କୃତ ସଛିଦ୍ର ମାଟିଆର ଦୁଇଗୋଟାକରେ ଅଙ୍ଗାର, ଗୋଟା-କରେ ବାଲି ରଖିବ । ପରେ ଚାରିଗୋଟା ମାଟିଆ ତଳ ଉପର କରି ରଖିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଥିବା ଗୋଟାଏ ତିକାଠିଆ ଆଣି ଗୋଟାଏ ସଛିଦ୍ର ମାଟିଆରେ ଅପ୍ରଜଳ ରଖି ତା ତଳକୁ କ୍ରମରେ ଅଙ୍ଗାର ଓ ବାଲିଥିବା ମାଟିଆ ଏବଂ ତାହା ତଳକୁ ଗୋଟାଏ ଅଛିଦ୍ର ପରିଷ୍କୃତ ମାଟିଆ ରଖିବ । ନିଃସୃତ ଜଳ ଶେଷ ମାଟିଆରେ ରହିବ । ତାହା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ହେବାରୁ ତାହାର ବ୍ୟବହାର ଅପଦ-ଜନକ ନୁହେଁ ।

ଜଳ ସଂଶୋଧନ ସମ୍ବନ୍ଧେ କେତେକ ଉପାୟ ଉପରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହେଲା । ଘୋଳିଆ ଜଳକୁ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଉପାୟରେ ନିର୍ମ୍ମଳ କରିନେଇ ସଂସ୍କାର କରିବାକୁ ହେବ । ଜଳକୁ ଫୁଟାଇବା ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଯତ୍ନମା-ଧୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଜଳ ଗରମ କରାଇ ଅଗ୍ନିରୁ ଓହ୍ଲାଇ-ଲେ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ହେବ ନାହିଁ । ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ଆଦେଶ,—

"କ୍ୱାଥ୍ୟମାନନ୍ତୁ ଯତ୍ତୋୟଂ ନିଷ୍ଫେନଂ ନିର୍ମ୍ମଲୀକୃତଂ
ଅବଶ୍ୟାର୍ଦ୍ଧାବଶିଷ୍ଟନ୍ତୁ ତଦୁଷ୍ଣୋଦକମୁଚ୍ୟତେ ।"

"ସିଦ୍ଧକରିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଥ୍ୱା ଜଳକୁ ଜଳନ୍ତା ଚୁଲିରେ ବସାଇବ । ଜଳ ଫେଣଶୂନ୍ୟ, ନିର୍ମଳ ହୋଇ ଅଧେ ମରିଗଲାରୁ ଅବଶିଷ୍ଟ ଅର୍ଦ୍ଧାଂଶ ଜଳକୁ ଉଷ୍ଣଜଳ କହନ୍ତି ।"

ଏହା ଗ୍ରୀଷ୍ମକାଳର ବ୍ୟବସ୍ଥା, ହେମନ୍ତ ଓ ଶୀତ କାଳରେ ଚତୁର୍ଥ ଭାଗର ଏକଭାଗରୁ ଊଣାଥିବା, ବସନ୍ତକାଳରେ ତୃତୀୟଭାଗରୁ ଏକ-ଭାଗ, ବର୍ଷାକାଳରେ ଅଠଭାଗରୁ ଏକଭାଗ ଊଣା ଥିବା ଉଷ୍ଣଜଳ ପାନାର୍ଥ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ହେବ । ସିଦ୍ଧ ନିମନ୍ତେ ଚୁଲିରେ ବସାଯାଇଥିବା ଜଳରୁ ଅଧେ ମାତ୍ର ପାନୀୟରୂପେ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଉଦ୍‌ରାଗ ପିତ୍ତ, ତିନିଭାଗ ମାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କଲେ କଫ ଏବଂ ଏକଭାଗ ମାତ୍ର ବ୍ୟବହାର କଲେ ବାତ ନଷ୍ଟ ହୁଏ, ପୁଣି ଏହି ଜଳ ଦୀପକ ଓ ଲଘୁ, ଏହା ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ମତ, କିନ୍ତୁ ଡାକ୍ତରମାନେ ଭାଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ନ କରି ୧୫ ମିନିଟକାଳ ସିଦ୍ଧକରି ନେଲେ ଜଳ ବିଶୁଦ୍ଧ ହୁଏ ଏବଂ ୨୪ ଘଣ୍ଟାକାଳ ଅବିକୃତ ଅବସ୍ଥାରେ ରହେ । ଶେଷୋକ୍ତ ବିଷୟରେ ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ମତ ଅନ୍ୟପ୍ରକାର । ଯଥା,—

"ଦିବାଶୃତନ୍ତୁ ଯତ୍ତୋୟଂ ଗଚ୍ଛେତ୍ତଦ୍‌ଗୁରୁତାଂ ବ୍ରଜେତ୍
ରାତ୍ରୌଶୃତଂ ଦିବା ଚାପି ଗୁରୁତ୍ୱମଧିଗଚ୍ଛତି ।"

"ଦିବସରେ ଜଳ ସିଦ୍ଧକରି ରଖିଲେ ରାତିକୁ, ରାତିରେ ସିଦ୍ଧକରି ରଖିଲେ ଦିବସକୁ ଗୁରୁତା ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଏପରି ମତଭେଦ ସତ୍ତ୍ୱେ ସିଦ୍ଧ ଜଳ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟବହୃତ ହେଉଥିବା ହେତୁ ସାଧାରଣତଃ ଅପକାର ହେଉଥିବାର ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ, ଅଥଚ ଏ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗୃହସ୍ଥମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସୁବିଧାଜନକ ।

ରନ୍ଧନ ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟବହୃତ ଜଳକୁ ଆଗରୁ ଗରମ କରିବା ଅନାବଶ୍ୟକ, କେବଳ ଜଳ ଘୋଳିଆ ଥିଲେ ପୂର୍ବଲିଖିତ ପ୍ରଣାଳୀ ଅନୁସାରେ ନିର୍ମଳ କରି ବ୍ୟବହାର କରିବ । ପାନୀୟ ଜଳକୁ ସିଦ୍ଧକରି ବ୍ୟବହାର କରିବା ଏକାନ୍ତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ସ୍ନାନ ନିମନ୍ତେ ଶୀତଳଜଳ

ପ୍ରଶସ୍ତ, ଶୀତଳଜଳରେ ସ୍ନାନ କଲେ ଶରୀର ପବିତ୍ର ଏବ ଆୟୁବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ସେପରି ସ୍ନାନ ଶ୍ରମ, ଘର୍ମ ଓ ମଳନାଶକ, ବଳ ଓ ତେଜୋ ବର୍ଦ୍ଧକ, ପ୍ରସନ୍ନତା କାରକ, ବସ୍ତ୍ରବିକଳ ଅଭାବରେ ଗରମ ଜଳକୁ ଶୀତଳ କରି ବ୍ୟବହାର କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ଅନେକ ଲୋକ ଜଳ ଗରମ କରି ତହିଁରେ ଶୀତଳଜଳ ମିଶାଇ ସ୍ନାନ କରିଥାନ୍ତି । ଶୀତାର୍ତ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରତି ଏହା ଶୀତ ସମୟରେ ସୁଖପ୍ରଦ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ତଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟଭଳି ଉପକାର ନାହିଁ । ଯେଉଁ ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରିବ ସେ ସବୁକୁ ଅଗ୍ନିତାପରେ ଭଲରୂପେ ଫୁଟାଇ ଶୀତଳ ହେଲାପରେ ଅଥବା ଅଳ୍ପ ଉଷ୍ଣ ଥାଉ ଥାଉ ତହିଁରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଶ୍ରେୟସ୍କରଜନକ । ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ଗ୍ରନ୍ଥରେ ଲିଖିତ ଅଛି ଯେ,—

"ଉଷ୍ଣାମ୍ବୁନାଧଃ କାୟସ୍ୟ ପରିଷେକ ସୁଖାବହଃ
ତେନୈବ ତୂତ୍ତମାଙ୍ଗସ୍ୟ ବଲଘ୍ନଂ କେଶଚକ୍ଷୁଷୋଃ
କଫବାତ୍ତ ଶିରସ୍ନାନଂ ତୃଷ୍ଣା ତାଲ୍ୱାସ୍ୟଶୋଷଣଂ
ମଲୋତ୍ପନ୍ନ ପୀଡ଼କା କଣ୍ଡୂ ଶିରୋରୋଗାଂଶ୍ଚ ନିହନ୍ତ୍ୟାତ୍ ।"

"ଉଷ୍ଣ ଜଳ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ଅଧୋଭାଗ ଧୌତ କଲେ ତଦ୍ୱାରା ସୁଖ ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ତହିଁରେ ଶିରଃ ସ୍ନାନ କଲେ କେଶ ଓ ଚକ୍ଷୁର ବଳ ଊଣା ହୁଏ; ତୃଷ୍ଣା, ତାଲୁଶୋଷ, ମୁଖଶୋଷ, ନିଦ୍ରିତମଳ, (ହୁଡ଼ିର ବାଳ ଦିଏ ନାହିଁ), ଶରୀରର ଉଷ୍ଣତା, ପୀଡ଼କା, କଣ୍ଡୂ, ଶିରୋରୋଗ ଏବଂ ପିତ୍ତଜନିତ ରୋଗ ସମୂହ ଉପଶମ ହୁଏ

ଶରୀର ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ବଳ ବା ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ ଈଷତ୍ ଉଷ୍ଣଜଳରେ ସ୍ନାନକରିବା ଉଚିତ । ସେହିଜଳରେ କିଛି ଲବଣ ମିଶାଇ ସ୍ନାନକଲେ ଉପକାର ହୁଏ । ପାର୍ଶ୍ୱଶୂଳ, ସର୍ଦ୍ଦି, ବାତରୋଗ, ଗଳଗ୍ରହ, ଅଧ୍ମାନ, ସ୍ତମ୍ଭିତ କୋଷ୍ଠ, କଲେରା ଏବଂ ନବଜ୍ୱର, ଅରୁଚି, ଗ୍ରହଣୀ, ଶୂଳ, ଶ୍ୱାସ, କାସ, କମ୍ପ, ହିକ୍କା ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଉଷ୍ଣଜଳ

ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ । ଅନ୍ୟଥା ଶୀତଳଜଳ ବ୍ୟବହାର କଲେ ବିଶେଷ ଫଳଲାଭ କରିପାରିବ ।

ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ର ମତରେ,—

"ଶୀତାମ୍ବୁ ମଦ ମୂର୍ଚ୍ଛାଘ୍ନଂ ଛର୍ଦ୍ଦିପିତ୍ତଜ୍ୱରାପହଂ ।
ଶ୍ରମ କ୍ଳମ ତୃଷା ଦାହ ମଦାତ୍ୟୟ ବିଷାପହଂ ।"

"ଶୀତଳଜଳ ମତ୍ତତା, ମୂର୍ଚ୍ଛା, ଛର୍ଦ୍ଦି, ପିତ୍ତଜ୍ୱର, ଶ୍ରମ, କ୍ଳାନ୍ତି, ତୃଷ୍ଣା, ଦାହ, ମଦାତ୍ୟୟ ଏବଂ ବିଷରୋଗନାଶକ ।

ସ୍ନାନ ଓ ରନ୍ଧନ ନିମନ୍ତେ ଜଳ କିପରି ବ୍ୟବହାର କରିବ, ତାହା ଉପରଲିଖିତ ପରିଚ୍ଛେଦମାନଙ୍କରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରାଯାଇଅଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ପାନୀୟ ଜଳ ଓ ପାନ କରିବା କାଳ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ କେତେକ ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ବିଷୟ ନିମ୍ନରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଉଅଛି ।

ସ୍ନାନ ଓ ରନ୍ଧନାର୍ଥେ ବ୍ୟବହୃତ ଜଳ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ବିଶୁଦ୍ଧ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଅତ୍ୟୁତ୍ତମରୂପେ ଜଳକୁ ସିଦ୍ଧ କରି ଜଳ ଯନ୍ତ୍ରରେ କେଶ ଧନ କରି ବାଲୁକାରାଶି ଉପରେ ସ୍ଥାପନ କରିବ । ଘଟାଣ୍ଡ ଉପୃଷ୍ଠ ନିବାରଣାର୍ଥେ ତହିଁରେ ନିର୍ମଳ ତାମ୍ରଖଣ୍ଡ ନିକ୍ଷେପ କରି ରଖିବ । ସେହି ଜଳକୁ ଶୀତଳ କରି ସ୍ୱଳ୍ପ ପାନ କଲେ ଶାରୀରିକ ଅପକାରର ଆଶଙ୍କା ଅନ୍ତରିତ ହେବ । ଉକ୍ତ ଜଳ ଶୋଧନ ହେଲୁ ସ୍ୱାଦହୀନ ହେଲେ ତାହା ନାଗେଶ୍ୱର, ଚମ୍ପକ, ଉତ୍ପଳ ଏବଂ ପାଟଳୀଆଦି ପୁଷ୍ପଦ୍ୱାରା ସୁବାସିତ କରିବାକୁ ଶାସ୍ତ୍ରକାରମାନେ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦେଇଅଛନ୍ତି

ସାଧାରଣତଃ ଲୋକମାନେ ଜଳପାନ କରିଥାନ୍ତି । କେହି କେହି ଆହାର କାଳରେ ମଧ୍ୟେ ମଧ୍ୟେ, କେହି୨ ଆହାରାନ୍ତେ ଜଳପାନ କରିଥାନ୍ତି । ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଶାସ୍ତ୍ରର ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଏହି ଯେ,—

"ଭୁକ୍ତସ୍ୟାଦୌ ଜଳଂ ପୀତଂ କାର୍ଶ୍ୟଂ ମନ୍ଦାଗ୍ନି ଦୋଷକୃତ୍;
ମଧ୍ୟେଽଗ୍ନି ଦୀପନଂ ଶ୍ରେଷ୍ଠମନ୍ତେ ସ୍ଥୌଲ୍ୟଂ କଫପ୍ରଦଂ ।"

"ଆହାରର ଆଦ୍ୟରେ ଜଳପାନ କଲେ କୃଶତା ଓ ଅଗ୍ନିମାନ୍ଦ୍ୟ,

ଆହାର କରୁଥିବା ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ପାନ କଲେ ଅଗ୍ନିବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ଭୋଜନ ପରେ ପାନ କଲେ ସ୍ଥୂଳତା ଏବଂ କଫୋତ୍ପତ୍ତି ହୁଏ ।" "ଭାବପ୍ରକାଶ" ମତରେ,—

"ଅତ୍ୟମ୍ବୁ ପାନାନ୍ନ ବିପଚ୍ୟତେନ୍ନ—
ମନମ୍ବୁପାନାଚ୍ଚ ସ ଏବ ଦୋଷଃ ।
ତସ୍ମାନ୍ନରୋ ବହ୍ନି ବିବର୍ଦ୍ଧନାୟ
ମୁହୁର୍ମୁହୁ ର୍ବାରି ପିବେଦଭୂରି ।"

"ଅଧିକ ଜଳପାନ କଲେ ବା କିଛିମାତ୍ର ପାନ ନ କଲେ ଅନ୍ନ ପରିପାକ ହୁଏ ନାହିଁ । ଅତଏବ ଅଗ୍ନିର ଦୀପ୍ତି ସକାଶ ବାରମ୍ବାର ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ କରି ଜଳପାନ କରିବ ।"

ଜଳପାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରର ଉପରୋକ୍ତ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଡାକ୍ତର-ମାନେ ଅନୁମୋଦନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଡାକ୍ତରୀ ମତରେ "ତୃଷା ନ ହେଲେ ଜଳପାନ କରିବ ନାହିଁ । ଆହାରର ପରେ ଅଳ୍ପ ଜଳପାନ କରିବା ଭଲ ।" କେହି କେହି ଆହାର କାଳରେ ମଧ୍ୟେ ମଧ୍ୟେ ବାରମ୍ବାର ଜଳପାନ କରିଥାନ୍ତି, ଏପରି କରିବା ଶରୀର ପକ୍ଷରେ ଅନିଷ୍ଟଜନକ, ଯେ ହେତୁ ପାଚକ ରସସମୂହ ଜଳ ମିଶ୍ରିତ ହେବାରୁ ତାଦୃଶ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣତା ଦୋଷ ଓ ପେଟର ପୀଡ଼ା ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଭଲ ପରିପାକ ହୁଏ ନାହିଁ, ଆହାରର ତିନିଘଣ୍ଟା ପରେ ସେମାନଙ୍କର ଜଳପାନ କରିବା ଉଚିତ ; ଯଦି ବିଶେଷ କଷ୍ଟ ବା ଯଥାର୍ଥ ପିପାସା ନ ହୁଏ ତେବେ ରାତ୍ରି-ଭୋଜନ ପରେ ଜଳପାନ ନ କରି ପ୍ରାତଃକାଳରେ ପାନ କରିବା ଭଲ।

ପ୍ରାତଃକାଳରେ ଜଳପାନ କଲେ ଶରୀରସ୍ଥ କ୍ଳେଦ ସମୂହ ଉତ୍ତମରୂପେ ଧୌତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ମଳ ମୂତ୍ର ପରିଷ୍କାର ହୁଏ । ଏହି ଜଳ ଈଷତ୍ ଉଷ୍ଣ ଥାଉଥାଉ ପାନ କଲେ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ, କୋଷ୍ଠ-ବଦ୍ଧତା, ପଟୁସ୍ରାବାଦି ରୋଗ ଉପଶମ ହୁଏ ଏବଂ ପାଦନାଳ ବଳବ-

ହାର୍‌ରେ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ଆରୋଗ୍ୟ ହୁଏ । ଆହାରର ଛଅଘଣ୍ଟା ପରେ ବା ଏକଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବେ ଜଳପାନ କଲେ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗର ପରିପାକଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୁଏ । ରାତିରେ ନିଦ୍ରା ଯିବାର ଠିକ୍ ପୂର୍ବେ ଜଳପାନ କରି ଶୟନ କଲେ ଶରୀରମଧ୍ୟରେ ଜଳ ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ ଏବଂ ଶରୀରର ଯାବତୀୟ କ୍ଲେଦ ପରିଷ୍କାର କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୁଏ । ଯେପରି ଆହାର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ଉତ୍ତମରୂପେ ଚର୍ବଣ କରି ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଳାଧଃକରଣ କଲେ ଅଳ୍ପ ଆହାର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ରବ୍ୟରେ ଶରୀର ପୁଷ୍ଟି ସମ୍ପାଦିତ ହୁଏ, ସେହିପରି ତୃଷ୍ଣା ସମୟରେ ଅତି ଚଞ୍ଚଳରେ ପାନ ନ କରି ଧୀରେ ଧୀରେ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ପାନ କଲେ ତୃଷ୍ଣାର ଶାନ୍ତି ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀର ହୃଷ୍ଟପୁଷ୍ଟ ହୁଏ ।

"ଅରୋଚକେ ପ୍ରତିଶ୍ୟାୟେ ମନ୍ଦେଽଗ୍ନୌ ଶ୍ୱୟଥୌ କ୍ଷୟେ ।
ମୁଖପ୍ରସେକେ ଜଠରେ, କୁଷ୍ଠେ ନେତ୍ରାମୟେ ଜ୍ୱରେ ।
ବ୍ରଣେ ଚ ମଧୁମେହେ ଚ ପିବେତ୍ ପାନୀୟମଳ୍ପକଂ ।"

ଅରୁଚି, ଶର୍ଦ୍ଦି, ମନ୍ଦାଗ୍ନି, ଶୋଥ, କ୍ଷୟ, ମୁଖ ଓ ଉଦରରୋଗ, କୁଷ୍ଠ ଓ ନେତ୍ରରୋଗ, ଜ୍ୱର, ବ୍ରଣ ଏବଂ ମଧୁମେହ ରୋଗରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଜଳପାନ କରିବା ଉଚିତ । ସାଧାରଣତଃ ଲୋକମାନେ ତୃଷାର୍ତ୍ତ ରୋଗୀକୁ ଜଳପାନ କରିବାକୁ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ; ମାତ୍ର ଏ ମତ ଯୁକ୍ତି ଓ ଶାସ୍ତ୍ରସମ୍ମତ ନୁହେ । ପ୍ରମାଣ, ଯଥା,—

୧—ପାନୀୟଂ ପ୍ରାଣିନାଂ ପ୍ରାଣସ୍ତଦାୟତ୍ତଂ ହି ଜୀବନଂ ।
ତସ୍ମାତ୍ ସର୍ବାସ୍ୱବସ୍ଥାସୁ ନ କ୍ୱଚିଦ୍ୱାରି ବାର୍ଯ୍ୟତେ ।
୨—ଜୀବାନାଂ ଜୀବନଂ ଜୀବୋ ଜଗତ୍ସର୍ବନ୍ତୁ ତନ୍ମୟଂ,
ଅତୋଽତ୍ୟନ୍ତତୟା ସୁକ୍ଷ୍ମୋ ନ କ୍ୱଚିଦ୍ୱାରି ବାର୍ଯ୍ୟତେ ।
୩—ତୃଷ୍ଣା ଗରୀୟସୀ ଘୋରା ସଦ୍ୟଃ ପ୍ରାଣବିନାଶିନୀ,
ତସ୍ମାଦେୟଂ ତୃଷାର୍ତ୍ତାୟ ପାନୀୟଂ ପ୍ରାଣଧାରଣମ୍ ।

ପାନୀୟ ପ୍ରାଣିମାନଙ୍କର ପ୍ରାଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜୀବନ ତାହାର ଆୟତ୍ତାଧୀନ,

ପାଣୀୟ ଅଭାବରେ ତୃଷାର୍ତ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିର ତତ୍କାଳ ମୃତ୍ୟୁର ସମ୍ଭାବନା, ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ବା ପୀଡ଼ିତ ହେଉ, ଜଳ ଦ୍ୱାରା ପିପାସା ନିବାରଣ ନିମନ୍ତେ ଯେତିକି ପ୍ରୟୋଜନ ସେତିକି ମାତ୍ର ଜଳପାନ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଉଚିତ। ପିପାସା ବ୍ୟତିରେକେ ଜଳ ପାନ ଅପକାରଜନକ। ରୋଗୀମାନଙ୍କ ପାନାର୍ଥ ସୁପେୟ ଜଳ ବ୍ୟବହୃତ କରିବାକୁ ବିସ୍ମୃତ ହେବ ନାହିଁ।

ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଦେଶର ଲୋକମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଭୋଜନ ପରେ ଜଳପାନ କରନ୍ତି। ଡାକ୍ତରମାନେ ମଧ୍ୟ ସେହି ସମୟକୁ ପ୍ରଶସ୍ତକାଳ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରୁଅଛନ୍ତି। ଦେଶପ୍ରଚଳିତ ରୀତି-ପ୍ରତି ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଉକ୍ତ ପ୍ରଥା ଅନିଷ୍ଟକର ଥିବାର ଜଣା ଯାଉନାହିଁ। ମଧ୍ୟେ ମଧ୍ୟେ ଜଳ ପାନ କଲେ ଭୋଜନରେ ବାଧା ଘଟେ। ଭୋଜନପରେ ଅଳ୍ପ ଜଳ ପାନ କରିବା ଉଚିତ। ଅଧିକ ପାନ କଲେ ପରିପାକରେ ବାଧା ଘଟେ। କିପରି ଜଳପାନ କଲେ କେତେକାଳ ମଧ୍ୟରେ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ହେବ ତାହା ସମସ୍ତଙ୍କର ଅବଗତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ, ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରରେ ଲିଖିତ ଅଛି,—

"ଆମଂ ଜଳଂ ଜୀର୍ଯ୍ୟତି ଯାମ ମାତ୍ରଂ
ତଦର୍ଦ୍ଧମାତ୍ରଂ ଶୃତ ଶୀତଳଞ୍ଚ।
ତଦର୍ଦ୍ଧମାତ୍ରଂ ତୁ ଶୃତଂ କବୋଷ୍ଣଂ,
ପୟଃ ପ୍ରପାକେ ବଦନ୍ତି ତଜ୍ଞାଃ।"

"ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ନ ଥିବା ଜଳ ୩ ଘଣ୍ଟାରେ, ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ଶୀତଳ ହୋଇଥିବା ଜଳ ଘ ୧।୩୦ ମିନିଟରେ ଏବଂ ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ଅଳ୍ପ ଉଷ୍ମଥିବା ଜଳ ୪୫ ମିନିଟ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ।" ଅତ୍ୟୁଷ୍ଣ ଜଳପାନ କଲେ ଶରୀରର ନାନା ଅନିଷ୍ଟ ଜାତ ହୁଏ। ଅତଏବ ଶୃତ ଶୀତଳ (ସିଦ୍ଧ ହୋଇ ପରେ ଶୀତଳ ହୋଇଥିବା)

ଜଳ ଜମା ହୁଏ ଜଳକୋଷ୍ଠ (ଚିବ ଉତ୍ତାପ ଅଳ୍ପ ଉଷ୍ଣଥିବା) ଜଳ, ପାକସ୍ଥଳରେ ପ୍ରଶସ୍ତ ।

ଖାଦ୍ୟପେଟରେ ଉଷ୍ଣଜଳ ପାନ କଲେ ଅମ୍ଳପିତ୍ତଜନିତ ଛାତି-ଜ୍ୱାଳା ଓ ଅମ୍ଳ ଉଦ୍ଗାର ହୁଏନାହିଁ । ସିଦ୍ଧ ହେବା ପରେ ଅଳ୍ପ ଉଷ୍ଣଥିବା ଜଳ ପାନ କଲେ ମେଦୋରୋଗର ଉପଶମ ହୁଏ, ଶରୀରର ବାତବ୍ୟାଧି ଅନେକାଂଶ ନିର୍ଗତ ହୋଇଯାଏ । ଘର୍ମ ନିଃସରଣ କ୍ରିୟା ବର୍ଦ୍ଧିତ ଏବଂ ମୂତ୍ର ଯନ୍ତ୍ରର ପ୍ରଦାହ ନିବାରଣ ନିମନ୍ତେ ଉଷ୍ଣ ଜଳ ଅଧିକ ଉପକାରୀ । ଆମାଶୟ ଓ ପକ୍ୱାଶୟରୁ ଉଷ୍ଣ ଜଳ ଯକୃତ ପ୍ରଭୃତି ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇ ପିତ୍ତ ନିଃସରଣକ୍ରିୟା ବର୍ଦ୍ଧିତ କରେ ଏବଂ ପାକସ୍ଥଳୀରୁ ବା ଆମାଶୟରୁ ଗାଢ଼ ଶ୍ଳେଷ୍ମା ଦୂର କରି ଅଦ୍ଧାଂଶସ୍ଥ ଦ୍ରବ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ପରିପାକର ସାହାଯ୍ୟ କରେ । (ଉଦରରେ ଶ୍ଳେଷ୍ମା ଥିଲେ ପରିପାକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାଧା ଘଟିଥାଏ ।)

ଆହାର କରିଥିବା ଦ୍ରବ୍ୟ ପରିପାକ ନ ହେଲେ ଉଦରରେ ଏକପ୍ରକାର ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଜାତ ହୁଏ; ଉଷ୍ଣ ଜଳ ପାନ କଲେ ସେହି ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ମଳଦ୍ୱାର ନିର୍ଗତ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କୋଷ୍ଠ ପରି-ଷ୍କାର ରହେ । ବମନ ନିବାରଣ କରିବାପାଇଁ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଅଭୁକ୍ତ ଜଳ ପାନ କଲେ ସୁଫଳ ଲାଭ ହୁଏ । ସନ୍ଧ୍ୟାହେବା ଭଳି ଗରମ ଜଳ ଏକ ଏକ ଢୋକ (ଶୀତଳ ବା ଗରମ) ପାନ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଉଷ୍ଣ ଜଳ ସହିତ ଅଳ୍ପପରିମାଣରେ " ସୋଡ଼ା " ମିଶାଇ ପାନ କଲେ ଯକୃତ ଭିତରେ ପିତ୍ତ ଜମି ପ୍ରସ୍ତର ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଅନୁଭୂତ ପିତ୍ତଜନିତ ଯକୃତ ଶୂଳ ନିବାରଣ ନିମନ୍ତେ ପୁନଃ ପୁନଃ ଏମନ୍ତ ଜଳପାନ କରିବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ । ଗୃହ ପାଞ୍ଚ ଫୋଟା ଗୃହଜଳ ଉଷ୍ଣ ଜଳ ସହିତ ମିଳି ଦେଲେ ଆମାଶୟର ଅଜୀର୍ଣ୍ଣତା ଜନିତ ଯାବତୀୟ ପଦାର୍ଥ ଶୀଘ୍ର ପକ୍ୱାଶୟକୁ ନିର୍ଗତ ହୋଇଯାଏ ।

କେବଳ ଉଷ୍ଣ ଜଳର କମ୍ପା ଜନ୍ମ ଓ ବେଶୁନଥ ପକ୍ଷ ବିଶିଷ୍ଟବା ଉଷ୍ଣ ଜଳର ବାଷ୍ପ ଅଣି ଦେଲେ ବାତ ଏବଂ ରକ୍ତଦୁଷ୍ଟି ରୋଗରେ ବିଶେଷ ଫଳ ଲାଭ ହୁଏ । ଜ୍ୱର, ବିସୂଚିକା ବା ରକ୍ତସ୍ରାବ ରୋଗରେ ଈଷଦୁଷ୍ଣ ଲବଣ ମିଶ୍ରିତ ଜଳ ପାନ କଲେ ରୋଗୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରେ । ଏକଛଟାଙ୍କି ଜଳରେ ଦୁଇରତି ଲବଣ ମିଶାଇ ପାନ କଲେ ବା ପିଚକାରୀ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରାଇଲେ ମୃତପ୍ରାୟ ରୋଗୀ ମଧ୍ୟ ଜୀବିତ ହୋଇପାରେ ।

ରାତ୍ରିଶୟନର ପୂର୍ବେ ଏକଗିଲାସ ଉଷ୍ଣଜଳରେ (ଯୋଡ଼ିଏ ଅଙ୍ଗୁଳିଦ୍ୱାରା ଯେତିକି ଉଠା ଯାଇପାରେ ତେତିକି) ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ମିଶାଇ ପାନ କଲେ ଶୁଷ୍କ କାଶ ନିବାରଣରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଶ୍ୱାସ ନିବାରଣ ନିମନ୍ତେ ମଧ୍ୟ ଏହିପରି ଜଳପାନ ଉପକାରଜନକ । ଅଭୁକ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଏକ ବା ଦେଢ଼ପା ଉଷ୍ଣ ଜଳ ପାନ କଲେ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ଓ ଅମ୍ଳପିତ୍ତ ରୋଗିମାନେ ଉପକୃତ ହୁଅନ୍ତି । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପ୍ରସ୍ରାବ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ହୁଏ, ପୁଣି ତାହା ପ୍ରାୟ ରକ୍ତ ବା ପୀତ-ବର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ଅତ୍ୟନ୍ତ କ୍ଷାରଯୁକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ପ୍ରସ୍ରାବ କାଳରେ କଷ୍ଟ ବୋଧ ହୁଏ ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଉଷ୍ଣ ଜଳପାନ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଔଷଧ ।

ସାଧାରଣତଃ ଉଷ୍ଣ ଜଳ ସର୍ବଦା ହିତଜନକ, କାଶ, ଶ୍ୱାସ, ମଳ ମୂତ୍ରାଦିର ବିବଦ୍ଧତାନାଶକ, କଫ, ବାୟୁ ଓ ଆମଦୋଷହାରକ, ଦୀପକ ଏବଂ ମୂତ୍ରାଶୟଶୋଧକ । ଜଳକୁ ସିଦ୍ଧ କରି ସାରିବା ପରେ ତାକୁ ଦୋହଲାଇ ଅନ୍ତର୍ବାଷ୍ପ ଦ୍ୱାରା ଶୀତଳ କରି ପାନ କଲେ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ କଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଏ ଦେଶର ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଗଡ଼ୁ, ତାଟି ବା ଗିଲାସ ଟେକି ମୁହଁ ଗହ୍ୱରରେ ଜଳ ଢାଳି ଦେଇଥାନ୍ତି । ଏପରି ଧାରଜଳ ପାନ କଲେ ଅଳ୍ପ ଜଳପାନରେ ପିପାସା ଶାନ୍ତ ହୁଏନାହିଁ,—ସୁତରାଂ ଅଧିକ ଜଳପାନ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ । ଅଧିକ ଜଳପାନ ପରିପାକ

କି ପ୍ରକାରେ ବାଧା ଘଟାଉଥିବା କଥା ପୂର୍ବେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଅଛି । ଧାରଜଳ ପାନ କଲେ ସେହି ଜଳ ବାୟୁଦ୍ୱାରା ସ୍ପର୍ଶୀଭୂତ ହୋଇ ଅନେକ ବିଳମ୍ବରେ ଜୀର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ଜଳପାତ୍ରରେ ମୁଖ ଲଗାଇ ଚୁଷିଲାପରି ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ଜଳ ଧୀରେ ଧୀରେ ପାନ କଲେ ଶରୀରର ଶ୍ରେୟଃ ସାଧନ କରେ ।

ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ଦେଶର କ ଶିକ୍ଷିତ, କ ଅଶିକ୍ଷିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟତତ୍ତ୍ୱ ମାନି ଚଳିବା ବିଷୟରେ ସଦା ଉଦାସୀନ । ଏହି ଉଦାସୀନତାର ବିଷମୟ ଫଳ ସମସ୍ତେ ଅଳ୍ପାଧିକ ପରିମାଣରେ ଭୋଗ କରି ଅଳ୍ପାୟୁ ହେଉ-ଅଛନ୍ତି ପଛକେ, ତଥାପି ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ନାହିଁ । ଅଜୀର୍ଣ୍ଣରୁ ନାନାରୋଗର ଉତ୍ପତ୍ତି । ଜଳ ସେହି ସର୍ବରୋଗ ଉତ୍ପା-ଦକ ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ ରୋଗର ନାଶକ । ବୈଦ୍ୟଶାସ୍ତ୍ରରେ ସ୍ପଷ୍ଟାକ୍ଷରରେ ଲିଖିତ ଅଛି,—" ଅଜୀର୍ଣ୍ଣେ ଜଳମୌଷଧଂ । " ପୁନଶ୍ଚ,—

" ଅଜୀର୍ଣ୍ଣେ ଭେଷଜଂ ବାରି, ଜୀର୍ଣ୍ଣେ ବାରି ବଳପ୍ରଦଂ । "

ଜଳ ବିବିଧ ରୋଗନାଶକ ଥିବାହେତୁ ପଣ୍ଡିତମାନେ ଜଳକୁ ' ପୀୟୂଷ ', ' ଜୀବନ ' ଆଖ୍ୟା ପ୍ରଦାନ କରିଅଛନ୍ତି । ଏହା ଜାଣି ଶୁଣି ଏହି ପୁସ୍ତକବର୍ଣ୍ଣିତ ରୀତିରେ ଜଳ ବ୍ୟବହାର କରି ନିଜନିଜର ମଙ୍ଗଳ ସାଧନ କରିବା ସମସ୍ତଙ୍କର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

ସମାପ୍ତ ।



ବିଦ୍ୟାରତ୍ନ ପୁସ୍ତକମାଳା ।

୪

ନିମ୍ନଲିଖିତ ପୁସ୍ତକମାନ କଟକ ପ୍ରିଣ୍ଟିଂକମ୍ପାନୀଙ୍କ ପୁସ୍ତକଦୋକାନରେ ବିକ୍ରୟ ହେଉଅଛି । ଯଥେଷ୍ଟ କମିଶନ ଦିଲେ । ଡାକମାଶୁଲ ପୃଥକ୍ ।

ଅର୍ଥନୀତି	ଠ ୦ /	ବାଳାବନ୍ଧୁ	ଟ ୦ /
ଆଖ୍ୟାନମାଳା	ଟ ୦ ৵	ବାଳଶିକ୍ଷା	ଟ ୦ ৵
ଇନ୍ଦ୍ରଜାଲକୌତୁକ	ଟ ୦ (୬	ବିଚିତ୍ର ସଙ୍ଗ୍ରହ	ଟ ୦ ৵
କାଞ୍ଚୁକୁଣ୍ଡିଆ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ (୬	ବିଚର୍ଚିକା ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ /
ଗ୍ରାମ୍ୟ ସମିତି	ଟ ୦ /	ବସନ୍ତରୋଗ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ /
ଗୋ-ଚିକିତ୍ସା	ଠ ୦ ৵	ବିବିଧ ବିଷ ଚିକିତ୍ସା	ଠ ୦ /
ଚଟଣୀ ସଙ୍ଗ୍ରହ	ଠ ୦ /	ମଣିମଞ୍ଜୁଷା	ଟ ୦ (୯
ଜଳ-ପାନ	ଟ /	ମେହରୋଗ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ /
ଜ୍ୱରଚିକିତ୍ସା	ଠ ୦ ৶	ରପନାରଞ୍ଜନ	ଠ ୦ /
ଜ୍ଞାନସମ୍ପଦ	ଟ ୦ ৶	ରସାମୃତ	ଟ ୦ (୬
ନାଉରେଲ ଖଣ୍ଡ	ଠ ୦ (୬	ଶିଶୁ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ ৵
ଦାଣପତ୍ର	ଟ ୦ /	ଶିଷ୍ୟବିନୋଦ	ଟ ୦/୬
ନୀତି କର୍ମିଷ୍ୟ	ଟ ୦ (୬	ଶିରୋରୋଗ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ (୬
ପରମାୟୁପ୍ରଦଗ	ଠ ୦ /	ସର୍ପଦଂଶ ଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ /-
ପ୍ରାତଃସ୍ମରଣ	ଟ ୦ /	ଶ୍ଲୋକମୁକ୍ତାବଳୀ	ଠ ୦ /
ପ୍ରବାଦପୁଷ୍ପାଞ୍ଜଳି	ଟ ୦ /୬	ସମୁଦ୍ରଯାତ୍ରାବିଚାର	ଟ ୦ /
ପଣଦଣ୍ଡ ଟିପା	ଠ ୦ (୬	ସ୍ୱର୍ଗ-ନରକ ବିଚାର	ଟ ୦ /
ପଣ୍ଡିତ ମାଳଚା	ଟ ୦ /	ସଦାଚାର	ଟ ୦ /୬
ପାଉବାଅଙ୍କଚିକିତ୍ସା	ଟ ୦ ।	ସମସ୍ତର ସଦ୍‌ବ୍ୟବହାର	ଟ ୦ /
ବନଜଙ୍ଗଲାଦ୍ୟ	ଟ ୦ /	ହରମଧର	ଟ ୦ [illegible]